

# Programm

## Abendveranstaltung 12.9.2025

### 5. Rendezvous mit der Zukunft



## GANZHEITLICH FIT, GESUND UND GUT VERSORGT – UTOPIE ODER ZUKUNFT?

**18.00-18.30 Uhr** **Body & Soul Spots** (bei trockenem Wetter) } Details siehe Rückseite  
**18.00-18.45 Uhr** **1. Teil Gesundheitsforum** im Erdgeschoss }

**Ab 18.30 Uhr** Einlass für Podiumsveranstaltung mit Appetizer  
(Achtung: Verzehr von Getränken und Essen ist im OG-Saal nicht erlaubt)

**19.00 Uhr** Offizieller Beginn 1.OG., „Cool down“ Atemtherapeutin Andrea Rueb  
Begrüßung und Dialog: Leitung RmdZ  
Grußworte: C. Weitzel (Bürgermeisterin Erftstadt), S.Kayser-Dobiey (WFG Rhein-Erft), Impuls: **Schirmherrin Dr. Y. Foroutan-Schreiber** (Leiterin Gesundheitsamt Rhein-Erft-Kreis)

**19.30 Uhr** **Moderatorin Simone Standl** mit Einleitung zum Thema des Abends

**19.35 Uhr** **1. Vortrag Dr. med. Laura Wortmann** Jeder Mensch ist anders – Personalisierte und geschlechtersensible Medizin im Fokus

**19.50 Uhr** **2. Vortrag Laura Abels** Versorgungssicherheit neu vernetzt – mit mehr Prävention, Transparenz und echter Gesundheitsbildung

**20.10 Uhr** **3. Vortrag Prof. Dr. Julia Frunzke** Bakteriophagen – Viren als natürliches Mittel gegen multiresistente Keime im menschlichen Mikrobiom

**20.25 Uhr** „Aktives Päuschen“, Fitnesstrainerin Svenja Lentini

**20.30 Uhr** Moderierte **Diskussion** mit allen Referentinnen und Schirmherrin zur Verknüpfung der Inhalte

**20.55 Uhr** Abschluss im 1.OG

**21.00-21.15 Uhr** Tischgespräche im Foyer mit Schirmherrin, Referentinnen und Moderatorin

**21.00 Uhr** **Netzwerken und Kennenlernen** mit uTE-Frauen und allen Gästen, Vertiefen der Inhalte bei gesundem Fingerfood und Erfrischungsgetränken mit KI unterstütztem Service, Themen bezogene Kunst A.u.L.Bursch und Gewinnerbilder vom Aufruf an 3. Klassen „Fröhlich alt werden“

**21.00 Uhr** **2. Teil Gesundheitsforum** im Erdgeschoss (Details siehe Rückseite)

ca. **21.45 Uhr** Ende der Veranstaltung

# Gesunder Geist – Gesunder Körper



## BODY & SOUL-SPOTS (jeweils ca. 10 Minuten)

Teilnahme nach Wunschtendenz bei Anmeldung mit Einteilung nach Gruppengröße

**18.00 Uhr, Silke Drilling:** Fitness mit smovey (Ringe), Theorie & Praxis, **Wiese**, eher Fitness

**18.00 Uhr, Andrea Rueb:** Atemreise, **Atrium**, eher Entspannung

**18.15 Uhr, Silke Drilling:** Fitness mit smovey (Ringe), Theorie & Praxis, **Wiese**, eher Fitness

**18.15 Uhr, Astrid Volk:** Achtsame Körperwahrnehmung, **Atrium**, eher Entspannung

## THEMEN GESUNDHEITSFORUM

- Digitale Möglichkeiten/Innovative Ideen/Einsatz von KI
- Hormonelles Gleichgewicht und Stoffwechselgesundheit/Vielfalt
- Prävention/Körperbewusstsein und Gesundheitsleistung
- Mentale Gesundheit/Ernährung/Resilienz
- Pflege, Demenz und langes Leben

### FOYER

#### Apothekenversorgung der Zukunft mit

**Laura Abels** Stellv. Kreisvertrauensapothekerin, Abels-Apotheken in Ertstadt

**Jutta Doebel** Kreis-Pressesprecherin Apothekerkammer Nordrhein,  
Apotheke im Ertstadt-Center

**Ingo Arlinghaus** IhreApotheken.de-App in Kombination mit Apotheke vor Ort

#### uTe-Tisch

**Silke Drilling** Fitness - Der weibliche Rücken

**Andrea Rueb** Atem und Achtsamkeit

**Svenja Lentini** Gezieltes Körpertraining

### NEBENRAUM EG

becker-robotics, Robotik zu Prävention, Service und Kommunikation inkl. Präsentation  
Interaktiver AI Avatar, AOK Rheinland, Seniorenresidenz „Schönes Leben“, IKK Classic

#### uTe-Tische

**Fee Sipply** Pferdegestütztes Coaching

**Stephanie March** Osteopathie

**Anne Lohmann** Ernährung und Stoffwechsel

**Astrid Volk** Tanztherapie und Körperbewusstsein

Aushang Gewinnerbilder der 8-9-Jährigen zum Aufruf: „Gib uns Tipps um fröhlich alt zu werden“

**Wir danken unseren Sponsoren und Kooperationspartnern und dem RmdZ-Team, die diese Veranstaltung erst möglich machen**